

Paris, le 17 juillet 2024

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

### Lancement de la tournée du bus des plages : « Protégés, prêts ? Bougez ! » Grande Cause Nationale 2024 – La Roche-Posay



Le mardi 16 juillet, à La Baule-Escoublac, Amélie Oudéa-Castéra, ministre des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques, et Santiago Flipo, directeur général de La Roche-Posay, ont lancé la tournée « Protégés, prêts ? Bougez ! », organisée dans le cadre de la Grande Cause Nationale 2024 et en présence de Franck Louvrier, maire de La Baule-Escoublac et vice-président du Conseil Régional des Pays de la Loire.

Dans le cadre de la Grande Cause Nationale 2024, La Roche-Posay organise cet été la tournée du bus des plages : « Protégés, prêts ? Bougez ! ». L'objectif ? Aller à la rencontre du grand public pour sensibiliser sur les bienfaits de la pratique sportive en plein air, mais sous haute protection... solaire ! **La pratique d'une activité physique et sportive, bien protégé du soleil, est le réflexe santé à adopter.**



**BOUGE 30 MINUTES CHAQUE JOUR !**

**Faire bouger les Français 30 minutes chaque jour**, c'est l'ambition que s'est donné le Gouvernement en cette année où l'activité physique et sportive a été déclarée Grande Cause Nationale pour 2024.

La **sédentarité** est un facteur de risque majeur de maladies non transmissibles (MNT) ainsi que la quatrième cause principale de décès prématurés dans le monde.

L'Organisation mondiale de la Santé estime que les personnes ayant une activité physique insuffisante ont un **risque de décès majoré de 30 %** par rapport à celles qui sont suffisamment actives. Le mouvement est en effet l'antidote à la sédentarité, décrite comme une « véritable bombe sanitaire » aux effets dévastateurs sur la santé physique et psychique.

## **L'ACTIVITE PHYSIQUE : VECTEUR FONDAMENTAL DE BIEN-ETRE ET DE SANTE**

Le corps humain est conçu pour le mouvement. L'activité physique est intrinsèquement liée à son équilibre, et ce depuis la toute petite enfance. Outre le développement optimal d'une architecture musculo-squelettique solide, le sport et l'activité physique ont de multiples avantages. Ils permettent de lutter contre le stress, renforcer la confiance en soi, générer du lien social et bien sûr de vivre en meilleure santé et plus longtemps.

Or, nos modes de vie nous éloignent du mouvement, nous rendant ainsi de plus en plus sédentaires. On estime ainsi que :

- 95 % des adultes sont exposés à un risque sanitaire par manque d'activité physique ou par trop de temps passé assis.
- 80 % des 11-17 ans sont en dessous des seuils d'activité physique recommandés par l'OMS 2020.
- 66 % des adolescents font face à un risque sanitaire préoccupant du fait de la combinaison entre la trop grande inactivité et la dépendance aux écrans.

## **BOUGER DEHORS, C'EST ENCORE MIEUX ! MAIS TOUT EN PROTEGEANT SA PEAU DU SOLEIL !**



Passer du temps à l'extérieur aide à réduire le taux de cortisol et améliore ainsi l'état psychique et émotionnel. Il a en effet été démontré que toute activité physique pratiquée en extérieur, apparaissait plus facile que lorsqu'elle était pratiquée en salle, avec plus de motivation à la clé.

Pour pratiquer du sport en toute sérénité en plein air, il est indispensable de protéger sa peau des effets nocifs des UV, en appliquant notamment une protection solaire adaptée sur les zones exposées. Il est donc recommandé d'utiliser des produits avec une protection solaire à large spectre, qui protège à la fois des UVA et des UVB avec un indice élevé (SPF50).

## **PROTEGES, PRETS ? BOUGEZ !** **LA TOURNEE DES PLAGES LA ROCHE-POSAY AVEC ANTHELIOS**

**La tournée « Protégés, prêts ? Bougez ! » en 13 étapes, c'est un bus itinérant, équipé par La Roche-Posay et labellisé GCN2024. Il sillonnera le littoral français du 16 Juillet 2024 au 19 août pour venir à la rencontre des vacanciers afin de leur proposer des animations ludiques pour les sensibiliser aux dangers de la sédentarité, les encourager à l'activité physique et sportive, et les inviter à bien se protéger des rayons du soleil.**

Spécialement conçu pour accueillir des visiteurs, l'espace à l'intérieur du bus propose divers ateliers autour de ces deux sujets. A travers cette expérience immersive et éducative, les participants pourront apprendre en s'amusant par le biais de jeux, vidéos, conseils pratiques.

Diverses activités à l'intérieur du bus seront proposées aux visiteurs :

- Espace de sensibilisation à l'activité physique ou sportive régulière par le biais de chiffres clés et de témoignages en vidéo
- Test au dynamomètre pour évaluer son état de santé général et donner des idées pratiques pour se mettre en mouvement au quotidien
- Atelier de réalité virtuelle avec découverte de différents sports en immersion.
- Atelier quiz sur tablettes sur les thèmes du sport et du soleil
- Espace prévention solaire et démonstration de l'engagement La Roche-Posay
- Challenge vélos, dont un pouvant être actionné avec les bras.

D'autres seront également organisées en extérieur :

- Parcours sportif avec des exercices facilement reproductibles à la maison.
- Stand photo avec un podium sportif
- Jeu du soleil géant pour apprendre à adopter les bons réflexes lors d'une exposition au soleil.
- Tente « Protection solaire » pour découvrir nos produits solaires Anthelios et protéger la peau des participants contre les méfaits du soleil

<https://www.laroche-posay.fr/grandecause-sport>



### « LA PROTECTION SOLAIRE, C'EST TOUS LES JOURS » <sup>(4)</sup>

La tournée des plages La Roche-Posay fait partie d'un dispositif global de la marque autour du sport et de la prévention solaire. En collaboration avec une trentaine de sportifs, dont le **tennisman Jannik Sinner** (numéro 1 mondial), ambassadeur international de la marque, **La Roche-Posay s'engage à démocratiser la photoprotection quotidienne** lors de la pratique d'une activité physique ou sportive.

La Roche-Posay soutient depuis plus de 10 ans la Journée Nationale de Prévention et de Dépistage des Cancers de la Peau. En collaboration avec des dermatologues et des oncologues, la marque a développé une brochure d'information pour sensibiliser le grand public au risque du mélanome.

La Roche-Posay forme également des équipes officinales des pharmacies à la méthode ABCDE de dépistage des lésions cutanées, à la prévention des risques de photosensibilisation, aux molécules photo-sensibilisantes et à l'importance d'une protection solaire adéquate.

La marque sensibilise également les consommateurs au risque de mélanome grâce à des campagnes d'information sur les réseaux sociaux et sur son site internet, [laroche-posay.fr](http://laroche-posay.fr), qui propose des conseils de dermo-cosmétiques, de la part de dermatologues accessibles à tous.

#### La Grande Cause Nationale 2024 : la promotion de l'activité physique et sportive

Le Président de la République a décidé de dédier la Grande Cause Nationale 2024 à la promotion de l'activité physique et sportive afin de mieux faire connaître les bienfaits du sport à nos concitoyens et de répondre à l'urgence sanitaire liée à l'explosion de la sédentarité.

Trois objectifs ont été fixés dans le cadre de la GCN2024 :

- **Mettre le sport au cœur de nos politiques publiques et de notre pacte républicain**, tout particulièrement en matière d'éducation, d'inclusion et de santé pour nos compatriotes ;
- **Mobiliser l'ensemble des acteurs du sport français**, et, au-delà, toutes les forces vives du pays, afin de promouvoir ensemble les valeurs, les bienfaits et la pratique du sport ;

- **Inciter tous les Français à pratiquer davantage**, en ancrant dans la conscience collective un marqueur fort, appelé à devenir un réflexe : 30 minutes d'activité physique et sportive par jour. **30 minutes quotidiennes, c'est simple, ça fait du bien et ça peut tout changer !**

Pour plus d'informations sur la GCN2024, [cliquez ici](#).

#### **A propos de La Roche-Posay**

La mission de La Roche-Posay est d'offrir des solutions dermo-cosmétiques pour les peaux sensibles. Créée en 1975, la marque est présente dans plus de 60 pays. Elle propose une gamme de soins quotidiens adaptés à chaque type de peau, favorisant de bonnes pratiques de soins dermo-cosmétiques. Les produits contiennent notamment l'eau thermale des sources La Roche-Posay, riche en sélénium. Ils sont développés selon une charte de formulation stricte avec un nombre minimal d'ingrédients et sont soumis à des tests cliniques rigoureux pour vérifier leur efficacité, même sur les peaux sensibles.

Pour en savoir plus sur La Roche-Posay, visitez le site : [www.laroche-posay.fr](http://www.laroche-posay.fr)

#### **Contacts presse**

##### **Ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques**

Bureau de la délégation de la communication Jeunesse et Sports

01 40 45 97 97 – 06 14 94 23 43

[presse@jeunesse-sports.gouv.fr](mailto:presse@jeunesse-sports.gouv.fr)

##### **La Roche Posay**

##### **PALM'ACTION**

Nathalie D'Amico

[nathalie@palmaction.com](mailto:nathalie@palmaction.com)